



DATOS IDENTIFICATIVOS

Psicología del entrenamiento deportivo

Asignatura	Psicología del entrenamiento deportivo			
Código	P02G050V01911			
Titulación	Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte			
Descriptores	Creditos ECTS	Seleccione	Curso	Cuatrimestre
	6	OP	4	1c
Lengua	Castellano			
Impartición	Gallego			
Departamento	Psicología evolutiva y comunicación			
Coordinador/a	Dosil Díaz, Joaquín			
Profesorado	Dosil Díaz, Joaquín			
Correo-e	jdosil@uvigo.es			
Web				
Descripción general				

Competencias

Código	
C1	Capacidad para diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza-aprendizaje relativos a la actividad física y el deporte con atención a las características individuales y contextuales de las personas
C2	Capacidad para promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica de actividad física y deporte entre la población escolar
C3	Capacidad para aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, en la propuesta de tareas en los procesos de enseñanza-aprendizaje a través de la actividad física y el deporte
C4	Capacidad para identificar los riesgos que se derivan para la salud de los escolares debido a la práctica de actividades físicas inadecuadas
C5	Capacidad para planificar, desarrollar y evaluar la realización de programas de deporte y actividad física escolar
C6	Capacidad para seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad en los procesos de enseñanza-aprendizaje a través de la actividad física y del deporte
C7	Capacidad para planificar, desarrollar y controlar el proceso de entrenamiento en sus distintos niveles
C8	Capacidad para aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, durante el proceso del entrenamiento deportivo
C9	Capacidad para promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica actividad físico-deportiva en la población que realiza entrenamiento deportivo
C10	Capacidad para identificar los riesgos, que se derivan para la salud de los deportistas, de la práctica de actividades físicas inadecuadas en el contexto del entrenamiento deportivo
C11	Capacidad para planificar, desarrollar y controlar la realización de programas de entrenamiento deportivo
C12	Capacidad para seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo, adecuado para cada tipo de actividad de entrenamiento deportivo

Resultados de aprendizaje

Resultados previstos en la materia	Resultados de Formación y Aprendizaje
------------------------------------	---------------------------------------

Identificar e planificar a resolución de situacións educativas que afectan a estudantes con diferentes capacidades e distintos ritmos de aprendizaxe.

C1
C2
C3
C4
C5
C6
C7
C8
C9
C11
C12

Comprensión da psicoloxía específica de cada modalidade deportiva, así como tratar cos deportistas e adestradores.

C1
C2
C3
C5
C6
C9
C12

Coñecemento das estratexias máis efectivas para traballar no ámbito da psicoloxía do adestramento deportivo

C1
C2
C3
C4
C5
C6
C7
C8
C9
C10
C11
C12

Contenidos

Tema

1. La psicología en el deporte de iniciación	<ol style="list-style-type: none"> 1. Enfoque educativo de la iniciación deportiva 2. Motivos para comenzar y abandonar un deporte 3. Del triángulo al pentágono de la iniciación deportiva 4. Los componentes del pentágono de la iniciación deportiva
2. Entrenamiento mental, preparación de entrenamientos y competiciones	<ol style="list-style-type: none"> 1. Concepto de entrenamiento mental 2. Niveles de asesoramiento mental 3. Evaluación y planificación del entrenamiento mental 4. Preparación psicológica de los entrenamientos 5. Preparación psicológica de las competiciones
3. Estrategias psicológicas para la intervención en el deporte	<ol style="list-style-type: none"> 1. Técnicas de intervención psicológica 2. Establecimiento de objetivos 3. Relajación 4. Visualización 5. Técnicas cognitivas 6. Técnicas de biofeedback y neurofeedback 7. Técnicas de habilidades de comunicación
4. La psicología aplicada a modalidades individuales	<ol style="list-style-type: none"> 1. Psicología del atletismo 2. Psicología del tenis 3. Psicología del golf 4. Psicología del motociclismo 5. Psicología del automovilismo 6. Psicología del surf
5. La psicología aplicada a modalidades colectivas	<ol style="list-style-type: none"> 1. Psicología del fútbol 2. Psicología del baloncesto 3. Psicología del voleyball

Planificación

	Horas en clase	Horas fuera de clase	Horas totales
Presentaciones/exposiciones	25	0	25
Trabajos de aula	2	20	22
Sesión magistral	80	0	80
Pruebas de tipo test	1	0	1
Observación sistemática	5	0	5
Trabajos y proyectos	17	0	17

*Los datos que aparecen en la tabla de planificación son de carácter orientativo, considerando la heterogeneidad de alumnado

Metodologías	
	Descripción
Presentaciones/exposiciones	Exposición por parte del alumno de los contenidos sobre la materia objeto de estudio, bases teóricas y/o directoras de un trabajo, ejercicio o proyecto a desarrollar en grupos.
Trabajos de aula	Exposición, por grupos, diante do grupo mediano, e despois por escrito ao profesor, dos resultados da valoración de tres alumnos/as de educación infantil (3, 4 e 5 anos), utilizando probas adaptadas a este alumnado co obxecto de detectar posibles causas das dificultades de aprendizaxe que poida manifestar un alumno/a e actuar en consecuencia.
Sesión magistral	Exposición por parte do profesor dos contidos sobre a materia obxecto de estudo, bases teóricas e/ou directoras dun traballo, exercicio ou proxecto a desenvolver polo estudante.

Atención personalizada

Metodologías	Descripción
Presentaciones/exposiciones	Completando la tutoría en grupo, en la tuitoría individual se asesorará al alumnado en todos aquellos aspectos en los que le surjan dudas al desarrollar el trabajo individual. Se le propondrá que lleve una carpeta de su trabajo personal que será revisado tanto en la tuitoría en grupo como en la individual.
Pruebas	Descripción
Pruebas de tipo test	Completando la tutoría en grupo, en la tuitoría individual se asesorará al alumnado en todos aquellos aspectos en los que le surjan dudas al desarrollar el trabajo individual. Se le propondrá que lleve una carpeta de su trabajo personal que será revisado tanto en la tuitoría en grupo como en la individual.
Trabajos y proyectos	Completando la tutoría en grupo, en la tuitoría individual se asesorará al alumnado en todos aquellos aspectos en los que le surjan dudas al desarrollar el trabajo individual. Se le propondrá que lleve una carpeta de su trabajo personal que será revisado tanto en la tuitoría en grupo como en la individual.

Evaluación

	Descripción	Calificación	Resultados de Formación y Aprendizaje
Pruebas de tipo test	La evaluación final consistirá en una prueba tipo test de 40 pregunta, con 3 alternativas de respuesta y solo una verdadera. Cada dos respuestas incorrectas restarán una correcta.	100	

Otros comentarios sobre la Evaluación

En las sucesivas convocatorias se mantendrán los mismos criterios para aprobar que en la primera.

Fuentes de información

García García, O. y Serrano Gómez, V. (2009). El ciclo de vida del proyecto. Del proyecto al producto. A Coruña: Master Oficial Interuniversitario en dirección integrada de proyectos.

Kerzner, H. (2008). *Project Management: A Systems Approach to Planning, Scheduling, and Controlling*. Malden: John Wiley & Sons.

Nokes, S., Greenwood, A., Major, I. & Goodman, M. (2007). *La guía definitiva de la gestión de proyectos. La vía rápida de todo ejecutivo para cumplir a tiempo y dentro del presupuesto*. Madrid: Prentice Hall.

Pinedo Iglesias, E. (2008). Ciclo de vida de un proyecto de promoción público privada. *Serie artículos DIP*. A Coruña: asociación LUGH de directores de proyecto.

Project Management Institute. (2008). *Fundamentos de la Dirección de Proyectos*. Pennsylvania: PMI.

Recomendaciones

Asignaturas que continúan el temario

Especialización en deportes colectivos/P02G050V01906

Especialización en deportes individuales/P02G050V01907

Asignaturas que se recomienda cursar simultáneamente

Metodología y planificación del entrenamiento deportivo I/P02G050V01502

Metodología y planificación del entrenamiento deportivo II/P02G050V01604

Asignaturas que se recomienda haber cursado previamente

Psicología: Psicología de la actividad física y el deporte/P02G050V01202
